

Πορτογαλικά

26/11/2024

Πως γτρωχόουν το ψωτί;

Στον παρακάτω διάλογο γλωττίς - εφφούς παραδεικνύονται πλη-
ραφείες για την παρασκευή του ψωτιού.

Εφφού -

Γλωττί πως παρασκευάζετε το ψωτί στα χρόνια σας;

Γλωττί -

Αντα... Αυτό κόπτεται που είναι τεμάχια ισταφίλια.

Εφφού -

Τι σημασία;

Γλωττί -

Γνω έχει διάφορα τα είδη, στο πιάτο είναι να γίνει αλεύρι,

Εφφού -

και πού το ψιμάρετε;

Γλωττί -

κατόνι που κόπτεται το αλεύρι στο σπίτι και γενικά στο σπίτι.

Εφφού -

Το ψιμάρετε σε χείρα αλεύρι που είναι εφφού ή σε εφφού.

Εφφού -

Ναι φανερώνεται ότι χρησιμοποιείται ένα είδος ψωτιού.

Γλωττί -

Σε παρασκευή ότι διγύς αλώνει αργότερα υπάρχουν 12

Εφφού -

περιπτώσεις που είναι στην Αλβανία!

Γλωττί -

Άρα κόπτεται το ψωτί σας, σαν τα σουφλέτα;

Εφφού -

Άρα και πιο κόπτεται και εφφού που είναι που υπάρχει

Γλωττί -

και υπάρχει. Δεν είναι εύκολο αλλού που να βρεθεί, οι

Εφφού -

εφφού, ο Μουρτίς Δείχνει πόσο είναι αναγκαίο στο ψωτί.

Γλωττί -

Από πού βασικά προέρχουν;

Εφφού -

Εννοείται πως είναι, και ο άλλος έχει στις ανόσεις του

Γλωττί -

είναι σαν να περνάει από το νερό. Έτσι για την ισταφίλια

Εφφού -

σου λέω να φέρεις ότι στην Αλβανία το ψωτί

Γλωττί -

χρησιμοποιούνται για να φτιάξουν το ψωτί ως είδος νεφίλιας.

Εφφού -

Μαίρα ψωτί για επίσταση για τους εφφούς, γιατί από

Γλωττί -

στρώματα που τους αδιαφορούν.

Εφφού -

Ευχαριστώ για τις πληροφορίες γλωττί!

Γλωττί -

Ευχαριστώ για τις πληροφορίες γλωττί!

Εφφού -

Ευχαριστώ για τις πληροφορίες γλωττί!

Γλωττί -

Ευχαριστώ για τις πληροφορίες γλωττί!

Εφφού -

Ευχαριστώ για τις πληροφορίες γλωττί!

Γλωττί -

Ευχαριστώ για τις πληροφορίες γλωττί!

Εφφού -

Ευχαριστώ για τις πληροφορίες γλωττί!

Γλωττί -

Ευχαριστώ για τις πληροφορίες γλωττί!

Κατερίνα Τολιάνου

Ο κύκλος του ψωμιού

1. Το όργωμα - Αλέτρι

Μόλις έπιαναν οι πρώτες βροχές του φθινοπώρου και μαλάκωνε το χώμα, άρχιζε το όργωμα. Έπρεπε να ετοιμαστεί το χώμα να γίνει αφράτο δηλαδή, για να δεχτεί το σπόρο. Τότε δεν είχαν μηχανές και χρησιμοποιούσαν ζώα για να τους βοηθούν στο όργωμα. Το αλέτρι ήταν ξύλινο και το έδεναν συνήθως σε δυο άλογα ή σε δυο βόδια. Στο όργωμα πρόσεχαν να πατάει το ένα ζώο μέσα στο διπλανό αυλάκι, για να γίνεται ίσιο.



2. Η σπορά

Παλαιότερα η σπορά γινόταν με το χέρι. Αρχίζει στα τέλη του Σεπτεμβρίου και τελειώνει το Δεκέμβρη. Στις 14 Σεπτεμβρίου, ημέρα του Σταυρού, οι γεωργοί πήγαιναν στην εκκλησία λίγο σπόρο να τον ευλογήσει ο παπάς. Μετά τον έπαιρναν και τον ανακάτευαν με τον υπόλοιπο σπόρο, για να έχουν καλή σοδειά. Άλλοι κρατούσαν αγιασμό και ράντιζαν το σπόρο για να πάρει ευλογία. Αφού τελειώνει το όργωμα, έριχναν το σπόρο με το χέρι. Το σπόρο τον είχαν μέσα σε ένα «δισάκι» (διπλό σάκο), που στη μέση είχε ένα άνοιγμα, για να το κρεμάνε στο λαιμό. Δηλαδή, είχαν ένα σάκο μπροστά και έναν πίσω. Όταν άδειαζε



4. Ο θερισμός

Στις αρχές του καλοκαιριού, τα σιτάρια ωριμάζαν και άρχιζε το θέρος. Τα στάχυα θερίζονταν με τα δρεπάνια, γίνονταν δεμάτια και μεταφέρονταν στα αλώνια. Ο θερισμός είναι η εργασία για τη συγκομιδή των σιτηρών και γίνεται μετά από το ωρίμασμα των καρπών, δηλαδή στα τέλη Μαΐου στις θερμές περιοχές και στα νησιά, τον Ιούνιο στις υπόλοιπες περιοχές και τον Ιούλιο στα ορεινά μέρη.

Η καλύτερη εποχή για να θεριστεί το σιτάρι, που προορίζεται για να γίνει αλεύρι, είναι όταν οι κόκκοι έχουν σκληρύνει, αλλά μπορούν να κοπούν με το νύχι, και η καλαμιά του σταριού έχει γίνει κίτρινη. Τότε το σιτάρι αποδίνει περισσότερο αλεύρι κι έχει καλύτερη εμπορική εμφάνιση. Η σίκαλη θερίζεται νωρίτερα, γιατί οι κόκκοι της τινάζονται ευκολότερα κι έτσι χάνονται ποσότητες. Όταν τα σιτηρά προορίζονται για σπορά πρέπει να θερίζονται όταν έχουν μεστώσει εντελώς, γιατί με το σπόρο αυτό έχουμε καλύτερο φύτερωμα και τα φυτά γίνονται πιο δυνατά.

Ο θερισμός γίνεται ή με το χέρι από εξασκημένους εργάτες και εργάτριες ή με θεριστικές μηχανές. Οι εργάτες για το θερισμό χρησιμοποιούν το δρεπάνι, που είναι γνωστό θεριστικό εργαλείο από τα πολύ παλιά χρόνια. Το δρεπάνι αποτελείται από μια ξύλινη λαβή και μια πριονωτή λεπίδα, που έχει το σχήμα μισοφέγγαρου. Ο θεριστής πιάνει με το αριστερό του χέρι μια δέσμη σιτηρών, τα χερόβολα, και με το άλλο, σύροντας το δρεπάνι προς το μέρος του, τα κόβει. Πολλά χερόβολα σχηματίζουν ένα δεμάτι που δένονται από εργάτες που ακολουθούν τους θεριστές. Σήμερα ο θερισμός στα περισσότερα μέρη γίνεται με θεριστικές μηχανές που δουλεύουν με μεγάλη ταχύτητα.







5. Αλώνισμα

Το αλώνισμα γίνεται στο αλώνι, πέτρινο ή πήλινο, για να είναι σκληρό και βρίσκεται σε ψηλό μέρος, για να γίνεται πιο εύκολα το λίχνισμα. Γύρω - γύρω βρίσκεται περιτείχισμα, για να μη σκορπίζονται οι σπόροι κατά την εργασία του αλωνισμού. Το αλώνισμα γίνεται έτσι: χτυπούν τα στάχυα με πολλή δύναμη, είτε με το χέρι ή με ζώα ή με μηχανές, για να αποχωριστεί ο καρπός από τα υπόλοιπα στελέχη.

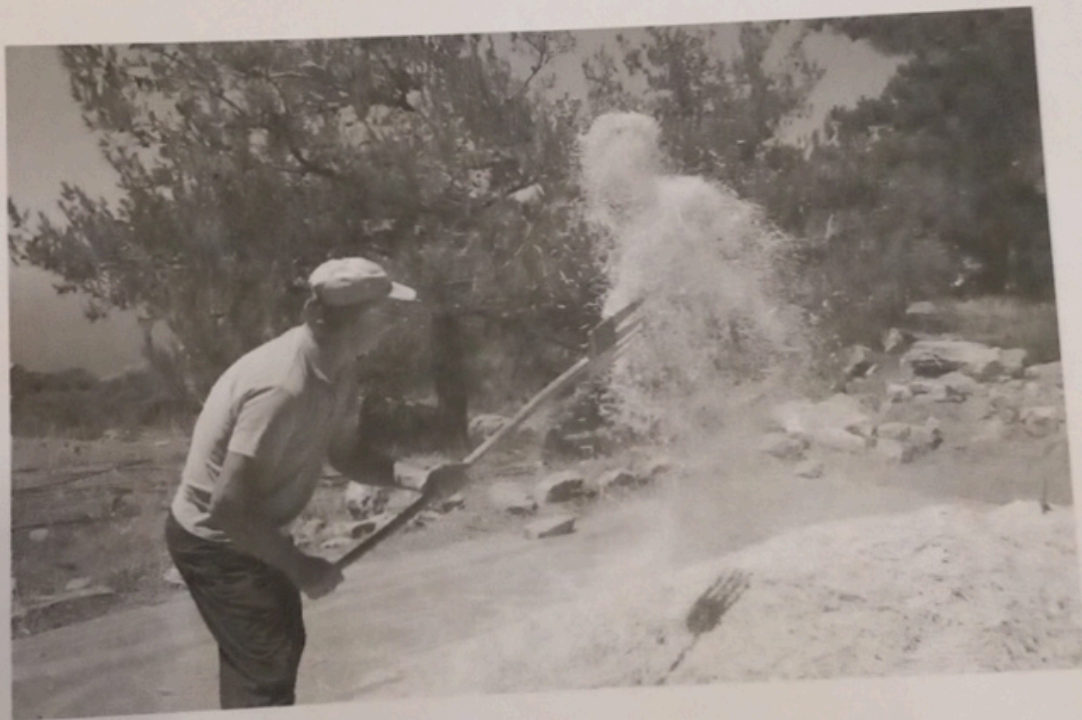
Επειδή με το χέρι το χτύπημα είναι δύσκολο, χρησιμοποιούν εργαλεία, όπως είναι ο κόπανος ή δικάβαλος ή λιοράβδι. Μετά το χωρισμό του καρπού από τα υπόλοιπα στελέχη, γίνεται το λίχνισμα ή ανέμισμα ή ξανέμισμα, για να μείνει το καθαρό σιτάρι και μετά το μεταφέρουν σε ειδικές αποθήκες.

Το αλώνισμα είναι δύσκολη και σκληρή εργασία. Όταν μάλιστα δε φυσάει αέρας, μπορεί να κρατήσει πολλές μέρες. Έτσι εξαντλούνται και τα ζώα και οι ίδιοι οι άνθρωποι. Ο κυπριακός λαός λέει για το αλώνισμα το παρακάτω τετράστιχο: "Βόδι να μην αλώνιζε, κόρη να μην εγέννα, και νιος να μην εθέριζε, ποτέ του δεν εγέννα". Όταν θεριστούν τα στάχυα, σκορπίζονται στο αλώνι.



6. Το λίχνισμα

Ακολουθούσε το "λίχνισμα". Με την βοήθεια του αέρα, ο καρπός ξεχώριζε και έμενε στο αλώνι...



7. Αποθήκευση

Η επόμενη εργασία ήταν το **σάκιασμα** του καρπού και η αποθήκευση του στα κελάρια, όπου φυλάσσονταν και προστατεύονταν με τη χρήση συγκεκριμένων φυτών (βοτάνων) που απομάκρυναν από τον καρπό τα παράσιτα (ψείρες, σκουλήκια κ.ά.).



8. Το άλεσμα - μύλος

Στη συνέχεια το σιτάρι το πήγαιναν στο μύλο για να αλεστεί...



9. Από το σιτάρι στο ψωμί

Το ζύμωμα γινόταν σε ξύλινες σκάφες και έπειτα το ζυμάρι μεταφερόταν με τις πινακωτές στο φούρνο για να ψηθεί.



Αδαφος Ψύπας



Ψ

Ω

Μ

Ι

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Το ψωμί, ο άρτος των αρχαίων Ελλήνων και των Βυζαντινών, είναι ταυτόσημο με την ζωή.

Αυτό το απλό παρασκεύασμα από αλεύρι, νερό, αλάτι, προζύμι ή μαγιά «δάκρυα στένει=φέρνει και δάκρυα σταματάνει»! Όταν λείπει λέμε «το ψωμί ψωμάκυ», όταν είναι λίγο η μέρα γίνεται μεγάλη.

Ο άνθρωπος του καθημερινού μόχθου ορκίζεται σ' αυτό «μα το ψωμί που τρώγω». Για να δείξει κανείς πόσο στερεή είναι μια φιλία τονίζει «φάγανε μαζί ψωμί και αλάτι» ενώ τον άπιστο φίλο τον λέει «ψωμοπάτη».

Δεν έλειπε και δεν λείπει από κανένα ελληνικό σπίτι και είναι συνδεδεμένο με τις μεγάλες στιγμές της ζωής μας (γέννηση – γάμος, θάνατος) καθώς και με την χριστιανική θρησκεία (αντίδωρο, πρόσφορο, άρτος).

Είναι φάρμακο για τον απλοϊκό άνθρωπο (ποτισμένο με κρασί επουλώνει τραύματα, μουχλιασμένο μπαίνει στο απόστημα, σαν παξιμάδι «μαλακώνει» το στομαχόπονο).

Είναι εντυπωσιακή η λαχτάρα που δείχνουν άνθρωποι κάθε ηλικίας και κοινωνικής τάξης για το καλό ψωμί.

Είναι μαζί με το κρασί και το λάδι τα πρώτα θεμέλια του σπιτιού και τα βασικά προϊόντα της μεσογειακής διατροφής.

Η ΠΟΡΕΙΑ ΤΟΥ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΨΩΜΙΟΥ ΣΤΟ ΧΡΟΝΟ

Η πρώτοι που παρασκεύασαν ένα είδος άζυμου άρτου φαίνεται πως ήταν οι Αιγύπτιοι. Αυτή η υπόθεση που θέλει την Αίγυπτο, πατρίδα του πρώτου ψωμιού, ξεκινά από τις εικόνες που βρέθηκαν σε αιγυπτιακούς τάφους και χρονολογούνται περίπου 40.000 χρόνια προ Χριστού.

Στην Ελλάδα, ανάλογες εικόνες έχουμε στην Μινωική Κρήτη (σαρκοφάγος Αγ. Τριάδας), στην Λέρνα (αμφορέας πρωτοελλαδικής εποχής με απανθρακωμένο σιτάρι) και σε πινακίδες της γραμμικής Β γραφής (μετά το 1450 π.Χ.).

Πολλές αναφορές για τον άρτο έχουμε και στον Όμηρο (Οδύσσεια, ραψ.α,στ.165). Μοιράζονταν στα συμπόσια από δούλους στους συνδαιτυμόνες, στο παλάτι του Οδυσσέα στην Ιθάκη.

Οι πιο συνηθισμένοι τύποι άρτων κατά την αρχαιότητα ήταν ο ζυμίτης (ανεβατό ψωμί), άζυμος (λειψό), σεμιδαλίτης (σιμιγδαλένιο), σταιτίτης (σταρένιο), λάγανος (λαγάνα), δίπυρος ή διπυρίτης (παξιμάδι). Ανάλογα με τον τρόπο ψησίματος είχαν τον ιπνίτη (του φούρνου) και τον εσχαρίτη (της σχάρας).

Στα βυζαντινά χρόνια το καλύτερο ψωμί ήταν ο σιλιγνίτης και το αφρατίτζιν από άσπρο αλεύρι. Το έτρωγαν συνήθως οι πλούσιοι. «Το κίβαρον» ή κιβαρίτης και ο σεμιδαλίτης ήταν δεύτερης ποιότητας ψωμί, ενώ ο πιτεράτος, ο ρυπαρός, από ακοσκίνιστο αλεύρι ήταν το ψωμί των φτωχών.

«Πρώτος μεν εστί ο καθαρός, σιλιγνίτης, είτα ο σεμιδαλίτης, έσχατος δε ο ρυπαρός» λέει βυζαντινό κείμενο.

Το μαύρο ψωμί και τα παξιμάδια ήταν κύρια τροφή των Ελλήνων και κατά την περίοδο της Τουρκοκρατίας.

Στα νεότερα χρόνια, στις αρχές του 20^{ου} αιώνα το ψωμί στην Ελλάδα ήταν λιγοστό λόγω της συσσώρευσης 1.300.000 προσφύγων στην κυρίως Ελλάδα.

Κατά την περίοδο του Β΄ Παγκοσμίου Πολέμου, ιδιαίτερα κατά την Γερμανική κατοχή 1941-1944, υπήρξε μεγάλη έλλειψη του ψωμιού κυρίως στα αστικά κέντρα (Αθήνα, Θεσσαλονίκη κ.λ.π.). Ακόμα και στα μεταπολεμικά χρόνια μοιραζόταν μαύρο ψωμί με το «δελτίο» ενώ το άσπρο ψωμί ήταν είδος πολυτελείας!

Μετά το 1960 οι φούρνοι αρχίζουν να παρασκευάζουν άσπρο ψωμί προσιτό πια και για τις λαϊκές τάξεις.

Στη δεκαετία του '70 το μαύρο ψωμί επανεμφανίζεται ενώ στην δεκαετία του '80 έχουμε αύξηση της κατανάλωσης του ψωμιού ολικής αλέσεως.

Μετά το 1990 αρκετά ήδη ψωμιού προβάλλονται στις προθήκες των φούρνων (πολύσπορα, σικάλεως, μπαγκέτες)

Σήμερα έχουμε μια τεράστια ποικιλία ψωμιών, όμορφων στην όψη, μυρωδάτων στην οσμή.

Καλούμαστε όμως να επιλέξουμε με προσοχή, όχι με κριτήριο την εμφάνιση αλλά την ποιότητα όλων αυτών των αρτοσκευασμάτων που κατακλύζουν τους φούρνους και τα μεγάλα σούπερ μάρκετ.

ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Το ψωμί υπήρξε η πρώτη τροφή του ανθρώπου και πάντοτε κατείχε κυρίαρχη θέση στη ζωή του.
Είναι πηγή ζωής, λατρευτικής έκφρασης, καλλιτεχνικής δημιουργίας.
Από τον Όμηρο ως το Σολωμό, από το Δροσίνη ως το Μίλτο Σταχτούρη κατανοούμε ότι θα είναι πάντα το πρώτο δώρο του Θεού στον άνθρωπο.

ΤΟ ΨΩΜΙ (Μ.Σταχτούρης)

Ένα τεράστιο καρβέλι, μια πελώρια φρατζόλα
Ζεστό ψωμί, είχε πέσει στο δρόμο από τον ουρανό.
Ένα παιδί με πράσινο κοντό βρακάκι και με μαχαίρι
Έκοβε και μοίραζε στον κόσμο γύρω
Όμως μια μικρή, ένας άγγελος, κι αυτή
Μ' ένα μαχαίρι έκοβε και μοίραζε κομμάτια γνήσιο ουρανό
Κι όλοι τώρα τρέχαν σ' αυτή, λίγοι πήγαιναν στο ψωμί
Όλοι τρέχανε στον μικρό άγγελο που μοίραζε ουρανό!

Ας μη το κρύβουμε
Διψάμε για ουρανό.



